



Gino konyhája Kft.

Adószám: 25736308-2-07

Gino Konyhája

Menü: **Hantos felnőtt**

Étlap

12. hét (2024-03-18 - 2024-03-24)

Korosztály: **Felnőtt (19-69 év)**

Előkészítés	Hétfő 2024.03.18.	Kedd 2024.03.19.	Szerda 2024.03.20.	Csütörtök 2024.03.21.	Péntek 2024.03.22.				
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> Paradicsomleves {1!, 3!, 9!} Cornflakes csirkemell csikók {1!, 7!} Burgonyapüré {7!} <p>energia (Joule): 4111.6700 kJ; energia (kalória): 982.0560 kcal; zsír: 45.8490 g; zsírsav: 12.3440 g; szénhidrát: 102.6820 g; cukor: 13.4800 g; só: 1.3120 g; kalcium: 123.7840 mg; koleszterin: 52.8000 mg; fehérje (össz): 35.1140 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> Májgaluskaleves {1!, 3!, 9!} Sóskafőzelék {1!, 7!} Főtt burgonya Főtt tojás {3!} <p>energia (Joule): 3088.6250 kJ; energia (kalória): 737.7070 kcal; zsír: 30.6920 g; zsírsav: 21.8000 g; szénhidrát: 84.3790 g; cukor: 12.9230 g; só: 1.7890 g; kalcium: 365.6700 mg; fehérje (össz): 28.5440 g; tejkalcium: 33.0000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> Fahéjas szilvaleves {1!, 7!} Temesvári sertésragu {1!, 7!} Párolt rizs <p>energia (Joule): 3585.7070 kJ; energia (kalória): 856.4320 kcal; zsír: 30.9960 g; zsírsav: 17.0860 g; szénhidrát: 107.0400 g; cukor: 10.2150 g; só: 1.6730 g; kalcium: 87.8200 mg; fehérje (össz): 33.9370 g; tejkalcium: 57.4000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> Csontleves {1!, 3!, 9!} Főtt sertéshús Vadasmártás {1!, 7!, 10!} Tésztaköret {1!, 3!} <p>energia (Joule): 3555.1030 kJ; energia (kalória): 849.1210 kcal; zsír: 30.3480 g; zsírsav: 11.9140 g; szénhidrát: 94.5500 g; cukor: 14.0260 g; só: 0.9400 g; kalcium: 56.7800 mg; fehérje (össz): 44.4000 g; tejkalcium: 27.5000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none"> Frankfurti Leves. {1!, 7!} Aranygaluska vaníliásodóval {1!, 3!, 7!} <p>energia (Joule): 2885.8930 kJ; energia (kalória): 689.2850 kcal; zsír: 28.6200 g; zsírsav: 22.8410 g; szénhidrát: 82.6310 g; cukor: 6.5220 g; só: 0.6810 g; kalcium: 390.2280 mg; fehérje (össz): 24.9680 g; tejkalcium: 171.0000 mg</p>				
Átlagértékek összesítve	<p>energia (Joule): 4111.6700 kJ energia (kalória): 982.0560 kcal zsír: 45.8490 g zsírsav: 12.3440 g szénhidrát: 102.6820 g cukor: 13.4800 g só: 1.3120 g kalcium: 123.7840 mg koleszterin: 52.8000 mg fehérje (össz): 35.1140 g</p>	<p>energia (Joule): 3088.6250 kJ energia (kalória): 737.7070 kcal zsír: 30.6920 g zsírsav: 21.8000 g szénhidrát: 84.3790 g cukor: 12.9230 g só: 1.7890 g kalcium: 365.6700 mg fehérje (össz): 28.5440 g tejkalcium: 33.0000 mg</p>	<p>energia (Joule): 3585.7070 kJ energia (kalória): 856.4320 kcal zsír: 30.9960 g zsírsav: 17.0860 g szénhidrát: 107.0400 g cukor: 10.2150 g só: 1.6730 g kalcium: 87.8200 mg fehérje (össz): 33.9370 g tejkalcium: 57.4000 mg</p>	<p>energia (Joule): 3555.1030 kJ energia (kalória): 849.1210 kcal zsír: 30.3480 g zsírsav: 11.9140 g szénhidrát: 94.5500 g cukor: 14.0260 g só: 0.9400 g kalcium: 56.7800 mg fehérje (össz): 44.4000 g tejkalcium: 27.5000 mg</p>	<p>energia (Joule): 2885.8930 kJ energia (kalória): 689.2850 kcal zsír: 28.6200 g zsírsav: 22.8410 g szénhidrát: 82.6310 g cukor: 6.5220 g só: 0.6810 g kalcium: 390.2280 mg fehérje (össz): 24.9680 g tejkalcium: 171.0000 mg</p>				
1	Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek	2	Ráktéliek és azokból készült termékek	3	Tojás és abból készült termékek	4	Halak és azokból készült termékek	5	Földimogyoró és abból készült termékek
6	Szójabab és abból készült termékek	7	Tej és abból készült termékek (belfertve a laktóz is)	8	Diófélék és azokból készült termékek	9	Zeller és abból készült termékek	10	Mustár és abból készült termékek
11	Szézámog és abból készült termékek	12	Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok	13	Csillagfürt és a belőle készült termékek	14	Puhatestűek és a belőlük készült termékek		

Ápolásvezető

Dietetikus

Shakács

Élelmezésvezető

Az étlap módosításának jogát fenntartjuk!